INHALT

Vorwort: Wie ich zum Reisen kam	II
I Warum Reisen toll ist und was Backpacking ausmacht	
Warum Reisen toll ist	17
Was ist Backpacking?	21
II Vorbereitung	
Was für eine Reise plane ich?	27
Welcher Reisetyp bin ich?	27
Wohin?	31
Wie lange?	51
Wann?	54
Nur Freizeit oder auch arbeiten?	58
Städtereise oder Naturerlebnis?	68
Wie viel Abenteuer, wie viel Sicherheit?	72
Allein oder in Gesellschaft reisen?	75
Was kostet mich das? Die Finanzierung	78
Wie du richtig Geld sparst.	80
Geld verdienen für die Reise	86
Was brauche ich? Die Ausrüstung und das Packen	90
Immer am Mann!	90
Das richtige Gepäckstück	92
Packliste	94
Was muss ich vor der Abreise noch organisieren?	100
Was geschieht mit meiner Wohnung?	100
Versicherungen für unterwegs	106
Was kann zu Hause alles ruhen?	107
Fremdsprachenkenntnisse auffrischen	109

III Unterwegs

Die ersten Tage	113
Jetlag	113
Die große Unterkunft-Frage:	
Wo soll ich heute Nacht nur schlafen?	118
Unterkünfte mit Dächern und Wänden	118
Camping	132
Schlafen an öffentlichen Orten	134
Achte auf deinen Körper	139
Krankheiten oder Unwohlsein	139
Tipps gegen Hitze und Kälte	146
Wie komme ich von A nach B? Verkehrsmittel	148
Flugzeug	148
Bahn	151
Schiff	152
Auto	158
Motorrad	170
Fahrrad	172
Was kostet das hier?	174
Online arbeiten von unterwegs	176
Verdienstmöglichkeiten im Internet	176
Ist »Reisen & Arbeiten« wirklich etwas für mich?	179
Endlich Zeit für mich!	180
Relaxen	180
Sightseeing	181
Sport/Action	182
Fettnäpfchen	186
Wörter	186
Gesten	188
Essen und Trinken	190

Kleidung	192
Handlungen	194
Probleme und Katastrophen	198
Keine Reiseerinnerungen?	198
Schlangen am Flughafen	198
Verspätungen und Stornierungen	199
Sich verlaufen.	200
Dinge verlieren oder bestohlen werden.	200
Geld alle	201
Entführung.	203
Naturkatastrophen	203
Ängste	205
Tiere	207
Sicherheitstipps.	214
Einsamkeit	217
Online bleiben	218
IV Nach Hause kommen	
Nach Hause kommen	225
Danksagung	228
Anhang	
Register.	231
Bildnachweis	238
Exkurse	
Schottland – der Hammer!	48
4 Dinge über Curaçao	52
Warum Bangkok einen längeren Aufenthalt wert ist	70
Backpacking in Nicaragua	88
Ein Tag am See – der Inle Lake in Myanmar	116
Der Südosten Finnlands:	
6 Dinge, die man in der Region Saimaa unternehmen kann . . .	136
Kreuzfahrt? Machst du Witze?	156
8 Dinge, die du noch nicht über Athen wusstest.	184